

Investigating the Relationship between Coping Strategies and Psychological Well-Being of Sabzevar University of Medical Sciences Students during the Covid Pandemic 19

Zahra Zare¹, Mina Ghalenovi^{1*}, Neda Mahdavi², Nafise Zare³, Sajede Etemadi⁴

Instructor, Department of Midwifery, School of Nursing and Midwifery, Sabzevar University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran

Master of Epidemiology, Department of biostatistics and Epidemiology, School of Health, Non-communicable Diseases Research Center, Sabzevar University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran

Master of Health Psychology, School of Medicine, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran

Undergraduate student, School of Nursing and Midwifery, Sabzevar University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran

Received: 2021/06/26

Accepted: 2021/09/11

Abstract

Introduction: An increasing number of universities around the world have postponed or canceled their teaching activities due to growing concerns about the Covid-19 epidemic. Preventive measures following the Covid Crisis 19 endanger the mental health and psychosocial function of individuals. The aim of this study was to investigate the relationship between coping strategies and psychological well-being of students of Sabzevar University of Medical Sciences during the Covid-19 pandemic.

Materials and Methods: This descriptive-analytical study was performed on 126 students in 1399-1400 through available and online sampling. Data collection tools were demographic information questionnaire, Reef Psychological Well-Being Scale, and Bling-Whames coping styles. Data analysis was performed using SPSS software (version 24), descriptive tests, independent t-test, analysis of variance, Pearson and linear regression.

Results: The mean score of psychological well-being of the students participating in the study was $78/5 \pm 81/67$ and 4/79% had high psychological well-being. The mean score of problem-oriented coping strategies of the students participating in the study was $04/3 \pm 55/15$ and emotion-oriented strategies were $91/5 \pm 43/18$. There was no significant relationship between the mean total score of coping strategies and psychological well-being ($0/05 < p$). The results of the study showed that students with older age, higher academic year and students with internship unit used more problem-oriented coping style in dealing with stress caused by Covid-19. The results of regression analysis test showed that the variables of age, year and field of study among the predictor variables had significant predictive power for the emotion-oriented coping strategy variable.

Conclusion: Due to the crisis caused by Covid-19 and its impact on mental health, it is suggested that administrators and educational planners, by holding workshops and counseling sessions for students, promote problem-based coping strategies in students.

***Corresponding Author:** Mina Ghalenovi

Address: Instructor, Department of Midwifery, School of Nursing and Midwifery, Sabzevar University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran

Tel: 09359445360

E-mail: minaghalenovi@yahoo.com

Keywords: Psychological well-being, Coping strategy, Covid-19, Student

How to cite this article: Zare Z., Ghalenovi M., Mahdavi N., Zare N., Etemadi S. Investigating the Relationship between Coping Strategies and Psychological Well-Being of Sabzevar University of Medical Sciences Students during the Covid Pandemic 19, Journal of Sabzevar University of Medical Sciences, 2021; 28(4):650-662.

Introduction

Coronavirus is an emerging respiratory disease that was detected in Wuhan, China in late 2019 and quickly spread to most countries in the world, and the World Health Organization considers it a pandemic disease. This unforeseen crisis and unprecedented preventive and strict measures such as severe quarantines and school closures have dramatically changed people's lives and endangered their mental health and psychosocial functioning. Universities were forced to offer various courses and educational programs online. Thus, new challenges in education have been created for students. In order to be an effective educational system, we must pay attention to the psychological problems of students. Stress and tension are factors affecting mental health and disrupting students' academic performance. To create an effective training, one must pay attention to the sources of stress and ways to deal with it. Stress and tension are factors affecting mental health and disrupting students' academic performance. One of the most important personal resources affecting stress is coping strategies. Coping strategies refer to specific efforts, both behavioral and psychological, that individuals use to control, tolerate, reduce, or minimize stressful events. The results of a study in China showed; Coping strategies act as a mediator between Covid19-related stressful experiences and its associated acute stress disorder in students. Stress due to the possibility of coronary heart disease, in addition to weakening the immune system and health of people, also undermines the psychological well-being of people. Efficient and efficient coping with problems is one of the signs of psychological well-being. Psychological well-being is an effort to grow and develop in order to realize one's potential. Autonomy, personal growth, mastery of the environment, purpose in life, effective communication with others and self-acceptance are the components of psychological well-being. The results of a study in Australia showed that since the beginning of Covid19, a decline in mental well-being has been reported by 68% of students. Recent studies have shown that problem-based coping strategies are

associated with high levels of well-being and emotion-based coping with low levels of well-being. Considering the emergence of coronary heart disease and the importance of students' mental health during the epidemic of this virus, the present study aimed to determine the relationship between coping strategies with stress and psychological well-being of students of Sabzevar University of Medical Sciences during the Covid 19 pandemic in the academic year 1399-1400.

Methodology

This descriptive-analytical study was performed on 126 students of Sabzevar University of Medical Sciences in the academic year 1300-1400. Due to the widespread prevalence of Covid19 and the high prevalence of this disease, sampling was done by available and online methods. The questionnaires were uploaded on the site and the link to invite them to participate in the research was published through virtual networks in student groups. Initially, students had to fill in the entry and exit criteria form and be able to answer other questions if they met the entry requirements. Inclusion criteria included willingness to participate in research, no use of psychiatric drugs, no stressful events such as divorce, death of loved ones, etc. in the past four months and exclusion criteria: incomplete completion of questionnaires and students on study leave. Data collection tools included demographic information form, Reef psychological well-being scale, and coping styles scale. The demographic information form included 11 questions about age, gender, marital status, place of residence, history of coronary heart disease in relatives and friends, degree, semester and field of study, last grade point average and having an internship unit in the hospital. Reef Psychological Well-Being Scale: This questionnaire has 18 questions and includes 6 subscales of self-acceptance, positive relationships with others, independence, mastery of the environment, purposefulness and personal growth. Answers are graded on a 6-point Likert scale, with scores ranging from 18 to 108. A score between 18 and 42 indicates poor well-being, between 42 and 63 indicates moderate well-being, and a score above 63 indicates strong well-being. The Blings & Mouse Coping Styles

Scale consists of 32 questions and is scored on a 4-point scale from zero (never) to 3 (always). This questionnaire has five subscales that fall into two general subscales of problem-oriented and emotion-oriented strategy. The subscales of cognitive assessment and problem solving are the subscales of problem-oriented strategy and the subscales of emotional control, physicalization, and social support are the subscales of emotion-oriented strategy. The final score of this questionnaire is obtained under the scale of problem-oriented coping (sum of the first two subscales) and emotion-oriented coping (sum of the last three subscales). The validity and reliability of these two questionnaires were confirmed in the present study. The high score obtained from each subscale indicates the high level of use of that component in the subjects. This research has been registered with the ethics code (IR.MEDSAB.REC.1399.142) in the ethics committee of Sabzevar University of Medical Sciences. Ethical points in this study were observed and confidential information was maintained. Data were analyzed using SPSS-software (version 24), descriptive tests, Kolmogorov-Smirnov tests, independent t-test,

analysis of variance and Pearson. Significance level was considered less than 0.05.

Result

In this study, the mean age of the research units was 22.99 ± 4.75 . Most participants were female (87.3%) and single (73%). The mean grade point average of students last semester was 16.77 ± 1.58 . Most of the research units were non-natives of Sabzevar (83.3%) and residents of dormitories (57.1%). 27% of students reported a history of coronary heart disease and 63.5% had a history of coronary heart disease in their relatives. 84% of the students were undergraduate and 38% were in the last academic year. 52% of students had an internship unit.

The mean score of psychological well-being of the students participating in the study was 67.81 ± 5.78 and 26 (20.6%) had moderate well-being and 100 (79.4%) had high psychological well-being. Students received the highest score in the dimension of independence and the lowest score in the dimension of positive relationships with others (Table 1).

Table 1. Mean and standard deviation of psychological well-being dimensions in students of Sabzevar University of Medical Sciences during the Covid19 pandemic

Mean (standard deviation)	Dimensions of psychological well-being
24.11 (9.1)	Your acceptance
9.44 (2.46)	Positive relationships with others
14.05 (2.29)	Independence
11.15 (2.29)	Mastery of the environment
9.72 (2.46)	Being purposeful
12.19 (1.92)	Personal growth

The mean score of problem-oriented coping strategies of students participating in the study

was 15.55 ± 3.04 and emotion-oriented strategies were 18.43 ± 5.91 (Table 2).

Table 2. Mean and standard deviation of the dimensions of coping strategies in students of Sabzevar University of Medical Sciences during the Covid19 pandemic

Mean (standard deviation)	Dimensions of coping strategies
9.46 (2.11)	Cognitive assessment
6.08 (1.6)	Problem solving
10.41 (3.08)	Emotional control
2.24 (2.66)	To physicalize
5.74 (2.02)	Attract social support

There was no significant relationship between the mean total score of coping strategies and psychological well-being ($p > 0.05$). The results of analysis of variance showed that there was no statistically significant difference between

psychological well-being scores in different disciplines, but there was a statistically significant difference between coping strategies in different disciplines. So that the score of emotion-oriented coping strategy in radiology

was higher than midwifery, nursing and health ($p=0.01$). Also, there was a statistically significant difference between coping strategies in different academic years ($p=0.01$), so that first-year students compared to fourth year in dealing with Covid19 stress use more emotional coping style. The result of t-test showed that in the variable of problem-solving coping strategies, the score of students with internship unit was more than students with internship unit ($p=0.01$), which shows that students with internship unit in hospital than other students in Coping with stress caused by Covid19 used orbital coping strategies. The results of Pearson test also showed that there was a statistically significant and inverse relationship between emotion-oriented coping strategies and age, so that with increasing age ($p=0.01, r=-0.2$) the use of emotion coping strategies Orbit was decreasing. The results of multiple regression analysis simultaneously on the significant variables (personal growth, purposefulness, positive relationships with others, age, year and field of study) indicated that the variables of age, year and field of study were among the predictor variables. They are significant predictors of emotion-oriented coping strategy variables. This analysis showed that these three variables together predict 23% of the variance of emotion-oriented coping strategy ($R^2=0.23$).

Discussion

The results showed that there was no significant correlation between the mean total score of coping strategies and psychological well-being. In the old study et al. (2015), a significant relationship was observed between coping strategies and psychological well-being of students. One study found that coping with stressful situations has a strong effect on psychological well-being. As shown in the findings of the present study, a significant relationship has been expressed between some different dimensions of coping strategies and some dimensions of psychological well-being. The results of our study showed that most of the students had high psychological well-being who scored the highest score in the dimension of independence and the lowest score in the dimension of positive relationships with others. In the study of Sabzi et al., The level of psychological well-being of students was low,

which mentioned effective factors such as spirituality, economic status, culture, etc. Regarding coping strategies, the present study showed that most students use the emotion-oriented coping method. Studies show that students use problem-solving strategies if they have sufficient skills and knowledge, and emotional coping if they do not. There is an important correlation between emotional coping and problem-solving with racial traits. Individual and psychological characteristics of students are influential in choosing the type of coping strategies. High levels of psychological well-being are associated. Knowing the impact of coping strategies on psychological well-being is key to identifying strategies that may serve as resources for successful adaptations. But in another study, Scaller (2015) stated that people tend to avoid confrontational behaviors when faced with a potential disease threat. In our study, the average age was about 22 years. The younger the age, the more the use of emotion-based coping strategies. In some studies, age is ineffective and in some age is effective, which is due to the approximate homogeneity of the age tissue of the study population. Most of the participants in the present study were girls. In some studies, girls received higher welfare scores than boys, which was consistent with our study but in some studies there was no correlation. Our study showed that the higher the academic year and the more students who have participated in the internship, the more they use problem-oriented coping. Welfare score was not related to different disciplines, but excitement strategies were related to disciplines, and radiology had the highest score. Other studies have shown that different paramedical disciplines reported different levels of stress that factors such as the importance of time, accuracy and correctness of work and group work can affect the results of studies. In the present study, most of the participants in the study were non-native.

Conclusions

According to the results of this study, no significant relationship was observed between the mean score of coping strategies and psychological well-being. Older students, Higher academic year, and students with internships used the problem-oriented coping

style more to cope with the stress caused by Covid19. Also, the results of regression analysis test showed that the variables of age, year and field of study among the predictor variables had significant predictive power for the emotion-oriented coping strategy variable. One of the limitations of this study was the small sample size due to the corona crisis which made it difficult for students to access sampling. It is suggested that other studies be conducted to further generalize the findings with a larger sample size and randomly in students of different disciplines. The results of this study increase the information of counselors, researchers and educational administrators about the level of psychological well-being and the use of coping styles of students during the corona pandemic.

Due to the crisis caused by Covid19 and its impact on mental health, it is suggested that educational administrators and planners, by holding workshops and counseling sessions for students, promote problem-oriented coping strategies in students.

Acknowledgment

We would like to thank the Vice Chancellor for Research of Sabzevar University of Medical Sciences and all the students of Sabzevar University of Medical Sciences who helped us in this research.

Conflict Of Interest: The present study did not have any conflict of interest for the authors.

بررسی ارتباط راهبردهای مقابله‌ای و بهزیستی روانشناختی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سبزوار در دوران پاندمی کووید ۱۹

زهرا زارع^۱، مینا قلعه‌نوی^{۱*}، ندا مهدوی‌فر^۲، نفیسه زارع^۳، ساجده اعتمادی^۴

۱. استاد مربی، گروه مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، سبزوار، ایران
۲. کارشناس ارشد اپیدمیولوژی، گروه آمار و اپیدمیولوژی، دانشکده بهداشت، مرکز تحقیقات بیماریهای غیر واگیر دار، دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، سبزوار، ایران
۳. کارشناسی ارشد روانشناسی سلامت، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران
۴. دانشجوی کارشناسی مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، سبزوار، ایران

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۶/۲۰

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۴/۰۵

چکیده

زمینه و هدف: با توجه به افزایش نگرانی در مورد بیماری همه‌گیر کووید ۱۹، تعداد فزاینده‌ای از دانشگاه‌ها در سراسر جهان فعالیتهای آموزشی خود را به تعویق انداخته یا لغو کرده‌اند. اقدامات پیشگیرانه و سختگیرانه ناشی از کووید ۱۹ سلامت روان و عملکرد روانی-اجتماعی افراد را به خطر انداخته است. این مطالعه با هدف تعیین ارتباط راهبردهای مقابله‌ای و بهزیستی روانشناختی و دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سبزوار در دوران پاندمی کووید ۱۹ انجام شد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه توصیفی-تحلیلی در سال ۱۳۹۹-۱۴۰۰ روی ۱۲۶ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سبزوار به روش نمونه‌گیری به‌صورت در دسترس و آنلاین اجرا شد. ابزار گردآوری اطلاعات، پرسش‌نامه اطلاعات دموگرافیک، مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف و سبک‌های مقابله‌ای بلینگز و موس بود. آنالیز داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار spss (نسخه ۲۴)، آزمون‌های توصیفی، تی‌مستقل، آنالیز واریانس، پیرسون و رگرسیون خطی انجام شد.

یافته‌ها: بین میانگین نمره راهبردهای مقابله‌ای و بهزیستی روانشناختی، ارتباط معناداری مشاهده نشد ($p > 0/05$). نتیجه مطالعه نشان داد دانشجویان با سن بالاتر، سال تحصیلی بالاتر و دانشجویان با واحد کارآموزی در مقابله با استرس ناشی از کووید ۱۹، بیشتر از سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار استفاده می‌کردند. نتایج آزمون تحلیل رگرسیون حاکی از آن بود که متغیرهای سن، سال و رشته تحصیلی از میان متغیرهای پیش‌بین دارای قدرت پیش‌بینی معناداری برای متغیر راهبرد مقابله‌ای هیجان‌مدار بودند.

نتیجه‌گیری: به دلیل بحران ناشی از کووید ۱۹ و تأثیر آن بر سلامت روانی پیشنهاد می‌شود مدیران و برنامه‌ریزان آموزشی، با برگزاری کارگاه‌ها و جلسات مشاوره برای دانشجویان باعث ارتقای راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار در دانشجویان شوند.

* نویسنده مسئول: مینا قلعه نوی

نشانی: مربی، گروه مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی سبزوار
تلفن: ۰۹۳۵۹۴۴۵۳۶۰
رایانامه:

minaghaleynovi@yahoo.com

شناسه ORCID:

0000-0002-0442-5546

شناسه ORCID نویسنده اول:

0000-0003-1427-3918

کلیدواژه‌ها:

بهزیستی روانشناختی، راهبرد مقابله‌ای، کووید ۱۹، دانشجو

مقدمه

می‌شوند. یکی از بحران‌های طبیعی، گسترش بیماری‌های همه‌گیر است که نه تنها یک رویداد زیستی و یک فاجعه بهداشت عمومی محسوب می‌شود بلکه تأثیرات منفی زیادی از منظر سلامت روانی، اقتصادی، اجتماعی، تاریخی و فرهنگی بر جامعه

بلایای طبیعی می‌توانند تأثیرات عمیقی بر سلامت روان انسان داشته باشد. شمار بسیاری از افراد در معرض فجایع طبیعی دچار پریشانی روانی می‌شوند و با آسیب‌های روانی مخرب روبه‌رو

Copyright © 2021 Sabzevar University of Medical Sciences. This work is licensed under a Creative Commons Attribution- Non Commercial 4.0 International license (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>). Non-commercial uses of the work are permitted, provided the original work is properly cited.

Published by Sabzevar University of Medical Sciences.

مجله علمی - پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، دوره ۲۸، شماره ۵، آذر و دی ۱۴۰۰، ص ۶۶۲-۶۵۰

آدرس سایت: <http://jsums.medsab.ac.ir> رایانامه: journal@medsab.ac.ir

شاپای چاپی: ۱۶۰۶-۷۴۸۷

منابع فردی مهم تأثیرگذار بر فشار روانی می‌توان به راهبردهای مقابله با آن اشاره کرد (۱۰). استرس با عملکرد منفی تحصیلی دانشجویان دارای یک ارتباط خطی نیست بلکه راهبردهای مقابله-ای با استرس در این میان نقش واسطه‌ای دارند (۱۱). راهبردهای مقابله‌ای به تلاش‌های خاص، اعم از رفتاری و روانی اشاره دارد که افراد برای تسلط، تحمل، کاهش یا به حداقل رساندن رویدادهای استرس‌زا به کار می‌گیرند. همچنین سبک‌های مقابله به افراد جامعه کمک می‌کند تا با حداقل هزینه مادی و معنوی، از بحران عبور کنند (۱). اندلر و پارکر، افراد را برحسب سه نوع اساسی راهبردهای مقابله‌ای مجزا می‌سازند: راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌محور، هیجان‌مدار و اجتنابی. راهبردهای مسئله‌محور، راهبردهایی را دربرمی‌گیرد که در آنها فرد به جستجوی اطلاعات بیشتر درباره مسئله، تغییر ساختار مسئله از نظر شناختی، محاسبات و اولویت دادن به حل مسئله می‌پردازد. راهبردهای هیجان‌محور، فرد به جای حل مسئله خود تلاش می‌کند احساسات ناخوشایند خویش را کاهش دهد و شامل عصبی و ناراحت شدن، گریه کردن، عیب‌جویی و اشتغال ذهنی است. راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی، رفتارهایی را شامل می‌شود که بیشتر از نوع اجتناب و فرار از موقعیت پر استرس است (۹).

نتیجه مطالعه‌ای در چین نشان داد که راهبردهای مقابله‌ای به‌عنوان واسطه‌ای بین تجربیات استرس‌زای مربوط به کووید ۱۹ و اختلال استرس حاد مرتبط با آن در دانشجویان می‌باشد (۱۲). مطالعه هانگ (۲۰۲۰) نیز که روی پرستاران و دانشجویان در چین انجام شد نشان داد که راهبردهای مقابله با استرس در پرستاران نقش تعیین‌کننده‌ای در کیفیت مراقبت از بیماران دارد (۱۳).

با پدید آمدن روان‌شناسی مثبت‌نگر در چند دهه اخیر، ارتقای سطح سلامت افراد و تأکید بر توانمندی‌ها و استعدادها آنها بسیار مورد توجه قرار گرفته است. این جنبش در پی آن است که از نقاط قوت انسان به‌عنوان سپری در برابر بیماری‌های روانی بهره گیرد. از جمله سازه‌های مورد مطالعه در روان‌شناسی مثبت‌نگر، بهزیستی روان‌شناختی است که به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های اصلی سلامت عمومی در خلال دو دهه گذشته، توجه محققان بسیاری را جلب کرده است. کنار آمدن کارآمد و بهینه با مشکلات، یکی از نشانه‌های بهزیستی روانی است (۱۴). بهزیستی روان‌شناختی تلاشی است برای رشد و پیشرفت در راستای تحقق بخشیدن به توانایی‌های بالقوه فرد. خودمختاری، رشد شخصی، تسلط بر محیط، هدفمندی در زندگی، داشتن ارتباط مؤثر با دیگران و پذیرش خود، مؤلفه‌های تشکیل‌دهنده بهزیستی روان‌شناختی در مدل ریف

می‌گذارد (۱). در حال حاضر یکی از بحران‌های بهداشت عمومی جدید که جهان را درگیر کرده است ظهور گسترش بیماری نوپدید کرونا ویروس یا سندروم حاد تنفسی می‌باشد (۲). کرونا ویروس یک بیماری تنفسی نوپدید می‌باشد که در اواخر سال ۲۰۱۹ در ووهان چین شناسایی شد و به سرعت در بیشتر کشورهای جهان شیوع پیدا کرد و سازمان جهانی بهداشت آن را به‌عنوان یک بیماری پاندمیک به‌شمار آورد (۳).

بدون شک این فاجعه جهانی، تأثیر زیادی بر سلامت روحی و جسمی افراد و روابط اجتماعی آنها دارد. محدود کردن تحرک افراد و محروم کردن آنها از فعالیت و مراودات اجتماعی باعث افزایش عواطف منفی مانند احساس تنش، آشفتگی، غمگینی، اضطراب یا تنهایی می‌شود (۴). تحقیقات اخیر در مورد بررسی تأثیر روان‌شناختی بیماری کووید ۱۹، افزایش اختلالات شایع بهداشت روان مانند اضطراب، افسردگی و اختلالات خواب را نشان داده است (۵، ۶).

با توجه به افزایش نگرانی در مورد بیماری همه‌گیر کووید ۱۹، تعداد فزاینده‌ای از دانشگاه‌ها در سراسر جهان، فعالیت‌های دانشگاه و سایر فعالیت‌ها را به تعویق انداخته یا لغو کرده‌اند (۸). این بحران پیش‌بینی نشده و اقدامات پیشگیرانه و سختگیرانه بی‌سابقه مانند قرنطینه‌های سخت و تعطیلی مدارس، زندگی افراد را به طرز چشمگیری تغییر داده و سلامت روان و عملکرد روانی-اجتماعی آنها را به خطر انداخته است. دانشگاه‌ها مجبور شدند به سرعت حرکت کنند تا دوره‌ها و برنامه‌های مختلف آموزشی را به صورت آنلاین اجرا کنند؛ بنابراین معضلات جدیدی در آموزش برای دانشجویان ایجاد شده است (۳).

مطالعه سون (۲۰۲۰) با عنوان تأثیرات کووید ۱۹ بر سلامت روان دانشجویان در ایالات متحده نشان داد ۷۱ درصد دانشجویان، افزایش استرس و اضطراب را به دلیل شیوع کووید ۱۹ گزارش کردند (۸). سایر مشکلات روحی دانشجویان شامل مشکل در تمرکز، اختلال در الگوهای خواب و افزایش نگرانی در مورد عملکرد تحصیلی خود بود. در حالی که نتیجه مطالعه دلاور (۱۳۹۹) که روی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی در استان تهران انجام شد بیانگر وضعیت شادکامی خوب و رضایت از زندگی متوسط رو به بالای دانشجویان در زمان بحران کرونا بود (۴).

برای اینکه بتوانیم یک نظام آموزشی اثربخش داشته باشیم باید به مسائل روانی دانشجویان توجه داشته باشیم. استرس و تنش، از عوامل مؤثر بر بهداشت روانی و محل عملکرد تحصیلی دانشجویان می‌باشد. برای ایجاد یک آموزش کارآمد باید به منابع ایجاد استرس و روش‌های مقابله با آن توجه شود (۹). از جمله

هستند (۱۵).

فشار روانی ناشی از احتمال ابتلا به بیماری کرونا، علاوه بر تضعیف سیستم ایمنی و سلامت افراد، تضعیف‌کننده بهزیستی روانشناختی افراد نیز می‌باشد (۱۰). نتیجه مطالعه لیونز (۲۰۲۰) در استرالیا نشان داد که از زمان شروع کووید ۱۹، کاهش بهزیستی روانی توسط ۶۸ درصد از دانشجویان گزارش شده است (۷). مطالعه‌ای در چین نشان داد بهزیستی روان‌شناختی کارکنان مراقبت‌های بهداشتی - درمانی، برای غلبه بر شیوع ویروس کرونا بسیار حیاتی می‌باشد (۲).

مطالعات اخیر نشان داده‌اند راهبرد مقابله‌ای مسئله‌محور با سطح بالای بهزیستی و هیجان‌محور با سطح بهزیستی پایین مرتبط است. مقابله مکانیسمی برای محافظت در برابر استرس و اصلاح آن است. افرادی که راهبرد مقابله فعال را استفاده می‌کنند سطح استرس کمتری را تجربه خواهند کرد (۱۵). مطالعه سدیدی (۱۳۹۷) که روی دانش‌آموزان انجام شد نشان داد بین راهبردهای مسئله‌مدار و بهزیستی روان‌شناختی، رابطه مثبت معنادار و در مقابل بین راهبردهای هیجان‌مدار و ناگویی هیجانی با بهزیستی روان‌شناختی، رابطه منفی و معناداری وجود دارد (۱۴). نتیجه پژوهش دیگری نشان داد راهبردهای مقابله مسئله‌مدار با سطوح بالای بهزیستی روانی مرتبط است و در مقابل، راهبردهای هیجان‌مدار به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده قوی درماندگی روان‌شناختی مورد توجه قرار می‌گیرد (۱۹).

با توجه به نوظهور بودن بیماری کرونا و اهمیت سلامت روانی دانشجویان در زمان همه‌گیری این ویروس، مطالعه حاضر با هدف تعیین ارتباط راهبردهای مقابله با استرس و بهزیستی روانشناختی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سبزوار در دوران پاندمی کووید ۱۹ در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ انجام شد.

۲. مواد و روش‌ها

این مطالعه توصیفی-تحلیلی بر روی کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سبزوار در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ انجام شد. حجم نمونه با توجه به مطالعه سدیدی و همکاران (۱۴) و با در نظر گرفتن همبستگی $r=0.21$ و سطح اطمینان $\alpha=0.05$ و $\beta=0.2$ حداقل اندازه نمونه برای نمونه‌گیری ۱۲۶ نفر به‌دست آمد.

معیارهای ورود به مطالعه شامل داشتن تمایل به شرکت در پژوهش، مصرف نکردن داروهای روان‌پزشکی، نداشتن رخدادهای تنش‌زا مثل طلاق، مرگ عزیزان و غیره در چهار ماه گذشته و معیارهای خروج: تکمیل ناقص پرسش‌نامه‌ها و دانشجویان با مرخصی تحصیلی بودند. پس از تصویب طرح در کمیته اخلاق، با

توجه به شیوع گسترده کرونا و قابلیت واگیری زیاد این بیماری، نمونه‌گیری به روش در دسترس انجام گرفت و دانشجویان به‌صورت آنلاین در مطالعه شرکت کردند. پرسش‌نامه‌ها در سایت بارگذاری گردید و لینک دعوت به شرکت در پژوهش از طریق شبکه‌های مجازی (واتساپ و تلگرام) در گروه‌های دانشجویی منتشر شد. در ابتدا دانشجویان باید فرم معیارهای ورود و خروج را پر می‌کردند و در صورت داشتن شرایط ورود قادر به پاسخگویی به سایر سؤالات می‌شدند.

ابزار گردآوری داده‌ها شامل فرم اطلاعات دموگرافیک، مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف، مقیاس سبک‌های مقابله با استرس بود. فرم اطلاعات دموگرافیک شامل ۱۱ سؤال در خصوص سن، جنس، تأهل، محل سکونت، سابقه ابتلا به کرونا در خود و نزدیکان، مقطع، ترم و رشته تحصیلی، آخرین معدل و داشتن واحد کارآموزی در بیمارستان بود.

مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف: این پرسش‌نامه ۱۸ سؤال دارد و هدف آن ارزیابی و بررسی بهزیستی روان‌شناختی از ابعاد مختلف می‌باشد. این پرسش‌نامه را ریف در سال ۱۹۸۹ طراحی کرد و در سال ۲۰۰۲ مورد تجدیدنظر قرار گرفت. فرم اصلی از ۱۲۰ سؤال تشکیل شده است ولی در مطالعات بعدی از فرم‌های کوتاه‌تر استفاده شد. این پرسش‌نامه دارای ۶ خرده‌مقیاس می‌باشد. ۱- پذیرش خود (قبول جنبه‌های متفاوت خود و داشتن نگرش مثبت به خود، زندگی و گذشته خویش)، ۲- روابط مثبت با دیگران (توانایی دوست داشتن، روابط گرم و مورد اعتماد با دیگران و توانایی همدلی نشان دادن)، ۳- استقلال (فعالیت و عمل براساس معیارهای شخصی و توانایی ایستادگی در برابر فشار اجتماعی)، ۴- تسلط بر محیط (توانایی خلق یا انتخاب محیط با توجه به شرایط روانی فرد و کنترل فعالیت‌های بیرونی)، ۵- هدفمند بودن (داشتن هدف در زندگی و یافتن معنا در زندگی)، ۶- رشد شخصی (احساس رشد دائمی و تلاش برای نشان دادن قابلیت‌های وجودی در انسان) (۱۵).

ماده‌های ۹، ۱۲، ۱۸ استقلال، ۱، ۴، ۶ تسلط بر محیط، ۷، ۱۵، ۱۷ رشد شخصی، ۳، ۱۱، ۱۳ روابط مثبت با دیگران، ۵، ۱۴، ۱۶ هدف و جهت‌گیری در زندگی و ۲، ۸، ۱۰ پذیرش خود را اندازه‌گیری می‌کند. پاسخ‌ها براساس مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت، درجه‌بندی شده است و نمرات آن در دامنه ۱۸ تا ۱۰۸ قرار می‌گیرد. نمره بین ۱۸ تا ۴۲ بهزیستی ضعیف، بین ۴۲ تا ۶۳ بهزیستی متوسط و نمره بالاتر از ۶۳ بیانگر بهزیستی قوی است. پایایی این پرسش‌نامه در مطالعه خانجانی (۲۰۱۴) بر روی دانشجویان با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۱ و روایی آن به روش روایی ملاک و هم‌گرایی تأیید شد (۱۷).

پایایی این ابزار در مطالعه آزادیکتا (۱۳۹۱) و مطالعه پیری (۱۳۹۸) در دانشجویان تأیید شد. در مطالعه حاضر، روایی به روش اعتبار محتوا و پایایی با روش محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ برآورد شد.

این پژوهش با کد اخلاق (IR.MEDSAB.REC.1399.142) در کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی سبزوار ثبت شده است. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار spss (نسخه ۲۴)، آزمون‌های توصیفی، آزمون‌های کلموگروف-اسمیرونف، آزمون تی مستقل، آنالیز واریانس و پیرسون آنالیز شد. سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

۳. یافته‌ها

در این مطالعه، میانگین سنی واحدهای پژوهش $22/99 \pm 4/75$ بود. بیشتر شرکت‌کنندگان دختر (۸۷/۳ درصد) و مجرد (۷۳ درصد) بودند. میانگین معدل ترم گذشته دانشجویان $1/58 \pm$ بود. بیشتر واحدهای پژوهش، غیربومی سبزوار (۸۳/۳ درصد) و ساکن خوابگاه (۵۷/۱ درصد) بودند. ۲۷ درصد از دانشجویان سابقه ابتلا به کرونا در خود و ۶۳/۵ درصد سابقه ابتلا به کرونا در نزدیکان خود را گزارش کردند.

مقیاس سبک‌های مقابله‌ای: بلینگز و موس (۱۹۸۴) این مقیاس را طراحی کردند. این مقیاس شامل ۳۲ سؤال می‌باشد و به صورت مقیاس ۴ درجه‌ای از صفر (هرگز) تا ۳ (همیشه) نمره-گذاری شده است. در این مقیاس از پاسخ‌دهندگان خواسته شد تا یک بحران شخصی یا حادثه‌ای استرس‌زا که به تازگی تجربه کرده‌اند را در نظر آورند و با توجه به اینکه چگونه با آن رویداد درگیر شده‌اند به سؤالات پاسخ دهند. این پرسش‌نامه دارای پنج خرده‌مقیاس است که در دو خرده‌مقیاس کلی راهبرد مسئله‌مدار و هیجان‌مدار قرار می‌گیرند. خرده‌مقیاس‌های ارزیابی شناختی و حل مسئله زیرمقیاس‌های راهبرد مسئله‌مدار (یا راهبرد مقابله‌ای فعال - کارآمد) و خرده‌مقیاس‌های مهار هیجانی، جسمانی کردن و جلب حمایت اجتماعی زیرمقیاس‌های راهبرد هیجان‌مدار (یا راهبرد مقابله‌ای انفعالی - ناکارآمد) را تشکیل می‌دهند. نمره نهایی این پرسش‌نامه در زیرمقیاس مقابله مسئله‌مدار (جمع دو زیرمقیاس اول) و مقابله هیجان‌مدار (جمع سه زیرمقیاس آخر) به دست می‌آید. نمره بالای به دست آمده از هر زیرمقیاس نشان‌دهنده بالا بودن میزان استفاده از آن مؤلفه در آزمودنی‌ها می‌باشد. ۳ ماده مربوط به مقابله مبتنی بر حل مسئله، ۵ ماده مربوط به ارزیابی شناختی، ۱۱ ماده مربوط به مهار هیجانی، ۹ ماده مهار جسمانی و ۴ ماده مربوط به حمایت اجتماعی است. روایی

جدول ۱. مشخصات تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سبزوار در دوران پاندمی کووید ۱۹

متغیر	تعداد	درصد
مقطع تحصیلی	۲	۱/۶
کارشناسی	۱۰۶	۸۴/۱۲
کارشناسی ارشد	۱۰	۷/۹
رشته تحصیلی	۸	۶/۳۴
پرستاری	۲۵	۱۹/۸۴
مامایی	۲۸	۲۲/۲۲
بهداشت	۳۴	۲۶/۹۸
پزشکی	۸	۶/۳۴
رادیولوژی (پیراپزشکی)	۱۳	۱۰/۳۱
علوم آزمایشگاهی	۱۰	۷/۹۳
اتاق عمل و هوش‌بری	۸	۶/۳۴
داشتن واحد کارآموزی در حال حاضر	۶۰	۴۷/۲
خیر	۶۶	۵۲
سال تحصیلی	۲۹	۲۳/۰
اول	۲۷	۲۱/۴
دوم	۲۲	۱۷/۵
سوم	۴۸	۳۸/۱
چهار و بیشتر		

روان‌شناختی بالا بودند. دانشجویان بالاترین نمره را در بعد استقلال و کمترین نمره را در بعد روابط مثبت با دیگران کسب کردند (جدول ۲).

میانگین نمره بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان شرکت‌کننده در پژوهش $57/81 \pm 5/78$ بود و ۲۶ نفر (۲۰/۶ درصد) دارای بهزیستی متوسط و ۱۰۰ نفر (۷۹/۴ درصد) دارای بهزیستی

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار ابعاد بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سبزوار در دوران پاندمی کووید ۱۹

میانگین (انحراف معیار)	ابعاد بهزیستی روان‌شناختی
۱۱/۲۴ (۱/۹)	پذیرش خود
۹/۴۴ (۲/۴۶)	روابط مثبت با دیگران
۱۴/۰۵ (۲/۲۹)	استقلال
۱۱/۱۵ (۲/۲۹)	تسلط بر محیط
۹/۷۲ (۲/۴۶)	هدفمند بودن
۱۲/۱۹ (۱/۹۲)	رشد شخصی

میانگین نمره راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار دانشجویان $18/43 \pm 5/91$ بود (جدول ۳).

شرکت‌کننده در پژوهش $15/55 \pm 3/04$ و راهبردهای هیجان‌مدار

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار ابعاد راهبردهای مقابله‌ای در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سبزوار در دوران پاندمی کووید ۱۹

میانگین (انحراف معیار)	ابعاد راهبردهای مقابله‌ای
۹/۴۶ (۲/۱۱)	ارزیابی شناختی
۶/۰۸ (۱/۶)	حل مسئله
۱۰/۴۱ (۳/۰۸)	مهار هیجانی
۲/۲۴ (۲/۶۶)	جسمانی کردن
۵/۷۴ (۲/۰۲)	جلب حمایت اجتماعی

معناداری وجود داشت؛ به طوری که نمره راهبرد مقابله‌ای هیجان‌مدار در رشته رادیولوژی بیشتر از رشته‌های مامایی و پرستاری و بهداشت بود ($p = 0/01$). همچنین بین راهبردهای مقابله‌ای در سال‌های مختلف تحصیلی، تفاوت آماری معناداری وجود داشت ($p = 0/01$)؛ به طوری که دانشجویان سال اول نسبت به سال چهارم در مقابله با استرس کووید ۱۹ بیشتر از سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار استفاده می‌کردند.

نتیجه آزمون تی نشان داد در متغیر راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار نمره دانشجویان با واحد کارآموزی بیشتر از دانشجویان دارای واحد کارآموزی بود ($p = 0/01$) که نشان می‌دهد دانشجویان با واحد کارآموزی در بیمارستان نسبت به سایر دانشجویان، در مواجهه با استرس ناشی از کووید ۱۹ از راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار استفاده می‌کردند. نتیجه آزمون پیرسون نیز نشان داد بین راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار با سن رابطه آماری معنادار و معکوسی وجود داشت؛ به طوری که با افزایش سن ($p = 0/01$)، استفاده از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار کاهش می‌یافت.

نتایج آزمون تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه هم‌زمان بر

بین میانگین نمره کل راهبردهای مقابله‌ای و بهزیستی روان‌شناختی ارتباط معناداری مشاهده نشد ($p > 0/05$). نتیجه آزمون پیرسون نشان داد از بین خرده‌مقیاس‌های راهبرد مقابله‌ای، بین راهبرد مقابله مبتنی بر ارزیابی شناختی مسئله با بعد استقلال ($r = 0/2$, $p = 0/02$)، روابط مثبت با دیگران ($r = 0/3$, $p = 0/004$)، هدفمند بودن ($r = 0/2$, $p = 0/04$)، پذیرش خود ($r = 0/2$, $p = 0/02$)، رابطه آماری مستقیم و معناداری مشاهده شد.

بین راهبرد مقابله مبتنی بر مهار هیجان با رشد شخصی ($r = -0/27$, $p = 0/001$) و روابط مثبت با دیگران ($r = -0/28$)، رابطه آماری معنادار و معکوسی مشاهده شد.

بین راهبرد مقابله مبتنی بر جسمانی کردن مشکلات با بعد روابط مثبت با دیگران ($r = -0/26$, $p = 0/003$)، هدفمند بودن ($r = -0/27$, $p = 0/002$)، پذیرش خود ($r = -0/2$, $p = 0/01$) و بین مقابله مبتنی بر جلب حمایت اجتماعی با روابط مثبت با دیگران ($r = -0/2$, $p = 0/02$)، رابطه آماری معنادار و معکوسی مشاهده شد. نتیجه آزمون آنالیز واریانس نشان داد بین نمره بهزیستی روان‌شناختی در رشته‌های مختلف، تفاوت آماری معناداری وجود ندارد اما بین راهبرد مقابله‌ای در رشته‌های متفاوت، تفاوت آماری

هیجان‌مدار می‌باشند. این تحلیل نشان داد که این سه متغیر در مجموع ۲۳ درصد از واریانس راهبرد مقابله‌ای هیجان‌مدار را پیش‌بینی می‌کنند ($R^2=0/23$). جدول ۴ بیانگر نتایج این تحلیل می‌باشد.

جدول ۴. مدل رگرسیونی خطی پردازش داده شده برای متغیرهای معنادار شده با راهبرد مقابله‌ای هیجان‌مدار

فاصله اطمینان ۹۵٪		معناداری	ضریب رگرسیون استاندارد	متغیرهای پیش‌بین
Lower	Upper			
-۰/۴۲	-۰/۰۱	۰/۰۱	-۰/۱۷	سن
-۱/۸۷	-۰/۲۳	۰/۰۱	-۰/۲۱	سال تحصیلی
۰/۳۷	۱/۴۴	۰/۰۰۱	۰/۲۸	رشته تحصیلی

انتخاب نوع راهبردهای مقابله با استرس تأثیرگذار است (21). مطالعه‌ای نشان داد که ارتباط مثبت و معنادار بین راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار با سلامت روان و ارتباط منفی و معنادار بین راهبردهای هیجان‌مدار و سلامت روان وجود دارد. مطالعه‌ای بیان کرد که راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار با سطوح بالای بهزیستی روانی مرتبط است (۱۴). دانش و شناخت تأثیر راهبردهای مقابله‌ای بر بهزیستی روان‌شناختی، کلید شناسایی استراتژی‌هایی است که ممکن است به‌عنوان منابع برای سازگاری‌های موفق عمل کنند (۱۵). اما در مطالعه‌ای دیگر، اسکالر (۲۰۱۵) بیان کرد که مردم در مواجهه با تهدید بیماری بالقوه، تمایل به رفتارهای مقابله‌ای اجتنابی دارند (۲۲).

در مطالعه ما میانگین سنی حدود ۲۲ سال بود هرچه سن کمتر بود، استفاده از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار بیشتر است. در برخی مطالعات، سن بی‌تأثیر (۲۰ و ۲۳) و در برخی سن تأثیرگذار است (24) که علت بی‌تأثیر بودن آن به دلیل همگن بودن تقریبی بافت سنی جمعیت مورد مطالعه است. بیشتر شرکت‌کنندگان در مطالعه حاضر دختران بودند. در برخی مطالعات، دختران نمره بهزیستی بالاتری را نسبت به پسران دریافت کردند (18 و ۲۳ و ۲۵) که با مطالعه ما هم‌سو بود ولی در برخی مطالعات ارتباطی وجود نداشته است (۲۴).

مطالعه ما نشان داد هرچه سال تحصیلی بالاتر دارند و دانشجویانی که بیشتر در کارآموزی شرکت کرده‌اند، بیشتر از مقابله مسئله‌مدار استفاده می‌کنند. نمره بهزیستی با رشته‌های مختلف ارتباط نداشت اما راهبردهای هیجان‌مدار با رشته‌ها در ارتباط بود و رشته رادیولوژی بیشتر نمره را داشت.

فیندیک (۲۰۱۵) بیان کرد که بین رشته و راهبردهای مقابله‌ای ارتباط معنادار نبود (26). مطالعات دیگر نشان که رشته‌های

روی متغیرهای معنادار شده (رشد شخصی، هدفمند بودن، روابط مثبت با دیگران، سن، سال و رشته تحصیلی) حاکی از آن بود که متغیرهای سن، سال و رشته تحصیلی از میان متغیرهای پیش‌بین دارای قدرت پیش‌بینی معناداری برای متغیر راهبرد مقابله‌ای

۴. بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین بهزیستی روان‌شناختی و راهبردهای مقابله با استرس دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سبزوآذر در دوران پاندمی کووید ۱۹ انجام شد. نتایج نشان داد بین میانگین نمره کل راهبردهای مقابله‌ای و بهزیستی روان‌شناختی ارتباط معناداری مشاهده نشد.

در مطالعه قدیمی و همکاران (۱۳۹۷) راهبردهای مقابله‌ای با بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان ارتباط معناداری مشاهده شد (۱۵). در مطالعه‌ای آمده است که مقابله در شرایط استرس‌زا تأثیر قوی بر بهزیستی روان‌شناختی دارد (۱۹). همان‌طور که در یافته‌های مطالعه حاضر آمده است بین برخی از ابعاد مختلف راهبردهای مقابله‌ای و برخی ابعاد بهزیستی روان‌شناختی، ارتباط معنادار بیان شده است. نتایج مطالعه ما نشان داد که بیشتر دانشجویان بهزیستی، روان‌شناختی بالایی داشتند که بیشترین نمره را در بعد استقلال و کمترین نمره را در بعد روابط مثبت با دیگران کسب کردند.

در مطالعه سبزی و همکاران، میزان بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان پایین بود که عوامل مؤثری مثل معنویت، وضعیت اقتصادی، فرهنگی و غیره را بیان کرده‌اند (۲۰). در رابطه با راهبردهای مقابله‌ای مطالعه حاضر نشان داد که بیشتر دانشجویان از روش مقابله هیجان‌مدار استفاده می‌کنند. مطالعات نشان می‌دهد که دانشجویان در صورتی که مهارت و دانش کافی داشته باشند از راهبرد حل مسئله و در غیر این صورت از مقابله هیجان‌مدار استفاده می‌کنند.

همبستگی مهمی بین مقابله هیجانی و مسئله‌مدار با صفات نژندی وجود دارد. ویژگی‌های فردی و روان‌شناختی دانشجویان در

اجتماعی کمتری برخوردارند (۲۹ و ۳۰).

از محدودیت‌های این مطالعه، حجم نمونه کم به دلیل بحران ناشی از کرونا و مشکلات در دسترسی به دانشجویان جهت انجام نمونه‌گیری است. به دلیل بحران ناشی از کووید ۱۹ و تأثیر آن بر سلامت روانی پیشنهاد می‌شود مدیران و برنامه‌ریزان آموزشی، با برگزاری کارگاه‌ها و جلسات مشاوره برای دانشجویان باعث ارتقای راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار در دانشجویان گردد.

تقدیر و تشکر

از معاونت محترم پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی سبزوار و تمامی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سبزوار که در انجام این پژوهش ما را یاری کردند، تشکر و قدردانی می‌شود.
تضاد منافع: پژوهش حاضر هیچ‌گونه تضاد منافی برای نویسندگان نداشته است.

References

- [1]. Dortaj F, Daneshpayeh M, Hasanvand F, Mosavi Ali. Construct and validate a questionnaire Coping Styles in the face of the coronavirus epidemic. Quarterly of Educational Psychology Allameh Tabataba'i University 2020; (16) 56: 133-155. (Persian) doi:10.22054/JEP.2020.52469.3002
- [2]. Hu X, Huang W. Protecting the psychological well-being of healthcare providers affected by the COVID-19 outbreak. J nursing and Health Sciences 2020; 22(3): 837-838 doi.org/10.1111/nhs.12727
- [3]. Capone V, Caso D, Donizzetti AR, Procentese F. University Student Mental Well-Being during COVID-19 Outbreak: What Are the Relationships between Information Seeking, Perceived Risk and Personal Resources Related to the Academic Context. Sustainability 2020; 12(17).doi:10.3390/su12177039
- [4]. Delavar Ali, Shokohi Leyla. The Status of Happiness and Satisfaction with Life among University students during the Corona Crisis new virus COVID-19. Quarterly of Educational Psychology Allameh Tabataba'i University 2020; (16) 56: 1-24. (Persian) doi: 10.22054/JEP.2020.52767.3018
- [5]. Huang, Y, Zhao, N. Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 epidemic in China: A web-based cross-sectional survey. Psychiatry Res. 2020; 288:112954. doi:10.1016/j.psychres.2020.112954
- [6]. Cellini, N, Canale, N, Mioni G, Costa S. Changes in sleep pattern, sense of time and digital media use during COVID-19 lockdown in Italy. J. Sleep Res. 2020; 29:e13074. Doi:10.1111/jsr.13074
- [7]. Lyons Z, Wilcox H, Leung L, Dearsley O. COVID-19 and the mental well-being of Australian medical students: impact, concerns and coping strategies used. Australasian Psychiatry 2020; 1-5 DOI:10.1177/1039856220947945
- [8]. Son C, Hegde S, Smith A, Wang X, Sasangohar F. Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview Survey Study. J Med Internet Res 2020;22(9):e21279. doi: 10.2196/21279
- [9]. Saadat S, Asghari F, Jazayeri R. The relationship between academic self-efficacy with perceived stress, coping strategies and perceived social support among students of University of Guilan. Iranian Journal of Medical Education. 2015; 15:67-78
- [10]. Shadmehr M, Ramak N, Sangani A. The Role of Perceived Mental Stress in the Health of Suspected Cases of COVID-19. J Mil Med February 2020; 22(2): 115-121, DOI: 10.30491/JMM.22.2.115
- [11]. Ghafoori M, Hejazi M, Sheikhi M R. The Relationship of Coping Strategies with Academic Stress in Nursing Students. Iranian Journal of Psychiatric Nursing (IJPN 2019; 7(3):42-48 DOI: 10.21859/ijpn-07306
- [12]. Ye ZH, Yang X, Zeng CH, Li X, Wang Y, Shen Z, Lin D. Resilience, Social Support, and Coping as Mediators between COVID-19-related Stressful Experiences and Acute Stress Disorder among College Students in China. APPLIED PSYCHOLOGY: HEALTH AND WELL-BEING, 2020 doi:10.1111/aphw.12211
- [13]. Huang L, Lei W, Xu F, Liu H, Yu L. Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during Covid-19 outbreak: A comparative study. PLoS One. 2020;15(8):e0237303. doi:10.1371/journal.pone.0237303
- [14]. Sadidi M, Yamini M. Prediction of psychological well-being based on coping strategies and alexithymia. Psychological Studies Faculty of Education and Psychology, 2018;14(2): 16823. 1472 DOI:10.22051/psy. 2018.
- [15]. Ghadimi M, Ningal T, Abdolatif A. Coping strategy and level of psychological well-being of Iranian students in Malaysia. Contemporary Psychology 2017; 12(suppl): 1337-1343
- [16]. Khodabakhshi A. Living in Home Quarantine: Analyzing Psychological Experiences of College Students during Covid-19 pandemic. Journal of Military Medicine 2020; 22(2): 130-138. Doi:10.30491/JMM.22.2.130
- [17]. Khanjani M, Shahidi SH, Fath-Abadi J, Mazaheri M, Shokri O. Factor structure and psychometric properties of the Ryff's scale of Psychological well-being, short form (18-item) among male and female students. Thought & Behavior in Clinical Psychology. 2014; 8 (32):27-36.
- [18]. Sadoughi M, Hesampour F. Predicting the Psychological Well-being of Kashan's Medical Sciences Students Based on Forgiveness Components. Iran Journal of Nursing 2018; 30(110):1- 10 DOI:10.29252/ijn.30.110.1
- [19]. Fernández-Pérez D, Ros L, Escibano F, Pedro Serrano J. Reminiscence, personality, coping and mood state in institutionalised older adults: a cross-sectional study. Japanese psychogeriatric society.2020;20(3):310-320.
- [20]. Sabzi Z, Mancheri H, Royani Z, Aryaie M, Jafari S, Ahmadi G. Subjective Well-Being in Nursing and Midwifery Students of Golestan University of Medical Sciences. J Res Dev Nurs Midw. 2015; 12 (1) :76-84. [Persian]

- [21]. Fornés-Vives J, Garcia-Banda G, Frias-Navarro D, Rosales-Viladrich G. Coping, stress, and personality in Spanish nursing students: A longitudinal study. *Nurse Education Today* 2016; 36: 318-23. Doi: 10.1016/j.nedt.2015.08.011
- [22]. Schaller, M., Murray, D. R., & Bangerter, A. Implications of the behavioural immune system for social behaviour and human health in the modern world. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 2015; 370, 1-10. Doi: 10.1098/rstb.2014.0105.
- [23]. Sabzi Z, Mancheri H, Royani Z, Aryaie M, Jafari S, Ahmadi G. Subjective Well-Being in Nursing and Midwifery Students of Golestan University of Medical Sciences. *J Res Dev Nurs Midw*. 2015; 12 (1):76-84. [Persian]
- [24]. Daroudi R, Rashidian A, Zeraati H, Oliyaemanesh A, Akbari Sari A. Life and health satisfaction in the adult population of Iran. *Epidemiol Health*. 2016; 38. doi: 10.4178/epih.e2016047
- [25]. Al-Rabiaah A, Tamsah MH, Al-Eyadhy AA, Hasan GM, Al-Zamil F, Al-Subaie S, et al. Middle East Respiratory Syndrome-Corona Virus associated stress among medical students at a university teaching hospital in Saudi Arabia. *J Infect Public Health* 2020; 13(5): 687-91.
- [26]. Findik UY, Ozbas A, Cavdar I, Topcu SY, Onler E. Assessment of nursing students' stress levels and coping strategies in operating room practice. *Nurse Education in Practice* 2015; 15(3): 192-5. [Persian]
- [27]. Bahrami jalal SH, Moghadari koosha M, Roshanaei GH. Relationship between Clinical Education Stressors and Coping Strategies in Paramedic Students of Hamadan University of Medical Sciences. *J Med Edu Dev*. 2019; 14 (3): 209. Doi: dx.doi.org/10.18502/jmed.v14i3.2029
- [28]. Arima M, Takamiya Y, Furuta A, Siriratsivawong K, Tsuchiya S, Izumi M. Factors associated with the mental health status of medical students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study in Japan. *BMJ open* 2020; 10(12): e043728.
- [29]. Son C, Hegde S, Smith A, Wang X, Sasangohar F. Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview Survey Study. *J Med Internet Res* 2020; 22(9): e21279. Doi: 10.2196/21279
- [30]. Maser B, Danilewitz M, Guérin E, Findlay L, Frank E. Medical student psychological distress and mental illness relative to the general population: a Canadian cross-sectional survey. *Academic Medicine* 2019; 94(11): 1781-91